

# DIARIO

## Despierta tu poder

*Este diario está pensado para ayudar a programar tu cerebro para una vida poderosa. Puedes rellenarlo desde tu dispositivo, pero es mucho más poderoso si lo imprimes y cumplimentas a mano. Te llevará un par de minutos por la mañana y por la noche y con esta pequeña inversión de tu valioso tiempo obtendrás unos beneficios incalculables.*

**FECHA**

### Por la mañana:

Tres cosas por las que estas agradecido:

1. Estoy muy feliz y agradecido por
2. Estoy muy feliz y agradecido por
3. Estoy muy feliz y agradecido por

### Dos declaraciones poderosas:

Cumplimenta las frases en presente, en positivo y utilizando las palabras: "puedo", "soy capaz", "soy suficiente", "me siento fabuloso"

- 1.
- 2.

### Por la noche:

Enumera las cosas maravillosas o mágicas que te han ocurrido durante el día. Cuantas más escribas, mejor.

- 1.
- 2.
- 3.

Dos cosas que quieres mejorar en ti. Se sincero pero amable contigo mismo:

- 1.
- 2.